

ČÁST III

PSYCHODYNAMICKÝ PŘÍSTUP HISTORIE, SOUČASNOST, PRINCIPY, METODY

SUR JAKO (PSYCHO)DYNAMICKÁ PSYCHOTERAPIE

SUR se tradičně pokládal za směr v rámci **hlubinné a dynamické psychoterapie**

Hlubinná = Freud, Jung a Adler? Frankl???

Dynamická = minulá nebo současná?

Je tím SUR?

Nebo je integrativní?

Mezníky:

2011 – SURfování + Valná hromada: přihlásili jsme se k psychodynamické orientaci

2013 – SUR akreditován jako psychodynamický institut

2015 – nová koncepce teoretického vzdělávání

DYNAMICKÁ PSYCHOTERAPIE V HISTORII – USA

- Známá jako **neo-analýza** či **kulturní analýza** (50.-70.léta minulého století)
- Nešlo o vyhraněný směr či školu, ale nezávislý proud s několika výraznými osobnostmi
- Protagonisté vzešli z psychoanalýzy, ale více nebo méně výrazně se odklonili od jejích původních teorií
- Separovali se od organizačního zázemí psychoanalýzy v USA – odchod z Americké psychoanalytické asociace
- Neortodoxní skupina ZODIAC, pak založení Asociace pro pokrok v psychoanalýze a Amerického institutu pro psychoanalýzu
- Hlavní osobnosti: **Erich Fromm, Karen Horneyová, H.S. Sullivan**

SPOLEČNÁ TÉMATA PROTAGONISTŮ ZODIAC GROUP

- zajímali se o mezilidské, rodinné a společenské souvislosti člověka a jeho příběhu,
- pokoušeli se o syntézu podnětů z některých oblastí psychoanalýzy, existenciální i marxistické filosofie, psychologie osobnosti, sociální a vývojové psychologie, sociologie, kulturní antropologie atd.,
- přiznávali důležitost vztahům v dětství, rodičovské lásce, zdravému vývoji a zralosti ve smyslu osobní autonomie,
- zdůrazňovali, že v neurotických konfliktech lidé nejen opakují své vývojové problémy z dětství, ale i novější zkušenosti,
- zabývali se kulturními, sociálními a genderovými aspekty zrání a poruch zrání a konflikty mezi jednotlivcem a společností,
- „svět“, prostředí člověka, není jen civilizace či kultura, ale také příroda.

DYNAMICKÁ PSYCHOTERAPIE V HISTORII – EVROPA

Britský okruh – pokračovatelé tzv. třetího proudu londýnské psychoanalytické školy

- Volnější, intersubjektivní pojetí objektních vztahů
- Využívání skupinového fenoménu
- Osobnosti: M. Jones, S. H. Foulkes, E. J. Anthony, částečně R.D. Laing

Švýcarský okruh - psychoanalytici, kteří nebyli nuceni emigrovat před Hitlerem do zámoří

- Vlivy Junga, Binswanger a Bosse
- Osobnosti: R. Battegay, G. Benedetti – zabývali se hodně psychoterapií psychóz, Battegay též skupinovou psychoterapií
- Protagonista v další generaci: Dieter Beck

DYNAMICKÁ/PSYCHODYNAMICKÁ PSYCHOTERAPIE V SOUČASNOSTI

Co dnes žije pod těmito pojmy, se dá označit jako aplikovaná psychoanalýza

Charakteristiky psychodynamicky orientovaných psychoterapií:

- přebírají některé klíčové postuláty psychoanalýzy
- zřetelně vnímají intersubjektívni charakter problémů
- pracují s intrasubjektívni i intersubjektívni nevědomím
- přiřkládají význam přenosovým i nepřenosovým rozměrům terapeutického vztahu
- zaměřují se na adaptivní změnu, podporu růstu a zrání

I. Přebírají některé klíčové postuláty psychoanalýzy

- význam raného vývoje pro formaci osobnosti a vztahových kapacit
- existence dynamického nevědomí, které ovlivňuje lidské chování
- repetitivní chování u poruch duševního zdraví = tendence k opakování a tím posilování určitých dysfunkčních (maladaptivních) vzorců prožívání a jednání
- působení psychických obranných mechanismů
- význam přenosu a protipřenosu v psychoterapeutickém procesu
- psychodynamický význam a nevědomá motivace pacientova odporu v léčbě

2. Zřetelně vnímají intersubjektivní charakter problémů

- zachovávají **fenomenologické paradigma**: interpersonální není inter-objektivní, ale inter-subjektivní
- motivy, pudy a emoce působí intrasubjektivně i intersubjektivně
- východisko uvažování nejen o vzniku problémů v dětství, ale i o jejich dynamice a udržování v pozdějším věku
- zobrazení vztahů mezi Já a nevědomím v interpersonálním světě pacienta/klienta v minulosti i současnosti

3. Pracují s intra-subjektivním i inter-subjektivním nevědomím

- předpoklad skrytých významů - v terapii se hledá klíč, šifra, to, co člověk neříká ani sám sobě
- „Aby bylo Ego tam, kde je Id“ – ale Ego nemůže být všude, člověk je také tajemství
- sny jsou královskou cestu k nevědomí - ale jsou i každodenní, nekrálovské cesty – rozbor bdění je stejně významný jako rozbor snů
- nevědomí se zobrazuje ve vztahu – přenos/protipřenos (projekce, „nesprávná generalizace“, distorze)
- každý vztah mívá nevědomý rozměr
- vztahové nevědomí – může být také skupinové či komunitní

4. Příkladají význam přenosovým i nepřenosovým rozměrům terapeutického vztahu

- Psychoterapie spočívá na konstruktivním vztahu pacient-terapeut:
 - ❖ respekt
 - ❖ výměna idejí
 - ❖ rozpoznání potřeb
 - ❖ setkání s hlubokými symbolickými přáními
 - ❖ korektivní zkušenost ve vztahu
- vztah odráží emoční zapletenost pacienta formovanou důležitými osobami v raném dětství
- odkrývající a rekonstruktivní proces v terapeutickém vztahu
- pacient v tomto vztahu získává sílu k rozpoznání a uvědomění slabostí i sil, vzhled do problémů

5. Zaměřují se na adaptivní změnu

- Adaptace není pasivní přizpůsobení, ale tvořivé „vycházení“ s podmínkami
- Porozumění dynamickým vztahům mezi minulými zážitky a současnými postoji a/nebo obtížemi:
 - ❖ TAM A TEHDY
 - ❖ TADY A TEĎ
 - ❖ TAM A TEĎ
- Cílem je nejen úleva od příznaků, ale především rozšíření kapacity zacházet se životem a využívat svých emočních a intelektuálních zdrojů
- **Terapeutické úsilí je zaměřeno na pozitivní osobnostní růst, zrání a rozvoj**

VÝVOJOVÉ ÚKOLY DĚTSTVÍ

- získat bazální důvěru ve vztah a svět
- získat schopnost ohraničovat svoje emoce
- získat dovednosti hry a činnosti
- získat dovednosti sebepéče
- osvojit si jazyk a řád
- najít místo mezi druhými

VÝVOJOVÉ ÚKOLY DOSPÍVÁNÍ

- naučit se přijmout svoje tělo
- ztotožnit se se svou sexuální rolí
- dosáhnout emoční autonomii od svých rodičů
- získat akceptovanou pozici ve skupině vrstevníků
- připravit se na povolání a životní dráhu
- založit uspokojivý sexuální vztah

VÝVOJOVÉ ÚKOLY STŘEDNÍHO VĚKU

- **dostát závazku pečovat o osoby, produkty a ideje, které člověk přijal do svého života („být hospodářem“)**
- **udržet osobní kontinuitu a přitom se neuzavírat novým zkušenostem**
- **osvojit si trvale udržitelnou sebepéči**
- **být pravou autoritou, nikoliv se uchýlovat k defenzivě nebo používat malicherné či silácké autoritářství**

... ZRALOST, CHÁPEŠ ...?

DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Duševní zdraví je schopnost milovat, pracovat a žít v určitém konsensu s danou kulturou (Sigmund Freud)

Schopnost milovat:

- Zralé (ohraňené a přijímající, autonomní) vztahy JÁ – TY
- Intersubjektivita : “TY” je “jiné JÁ” (partner, dítě, rodič, přítel, ... Bůh)

Schopnost pracovat:

- Dovednosti pro přežití (pracovní dovednosti, návyky, motivace)
- Tvořivost

Konsensus s danou kulturou:

- Využívat výtvořy
- Být součástí transgeneračního proudu socializace a akulturace
- Přispívat, obohacovat
- **Neznamená konformitu!**

DOSPĚLOST – A CO BUDE TEĎ?

ZRALOST, CHÁPEŠ ... ?

Opět klasik Freud:

- 1.** zralost vztahů bez touhy po závislosti
- 2.** výkonnost bez nutkavých projevů
- 3.** spokojenost se sebou samým bez domýšlivosti
- 4.** altruismus a velkorysost bez svatouškovství
- 5.** socializace bez utrpení pod tíhou civilizace

JUVŽDY JE NĚJAKÉ DÁL ... NG

archetypy individuace

| Freud | Erikson | Jung |
|---|--|---------------------------------|
| stadium orální, anální, falické. latentní, část. genitální | prvních 5 stadií, část 6.stadia | |
| na počátku – dokončení genitálního stadia | na počátku – dokončení 6. stadia | Persona Stín Animus/Anima |
| | 7. Stadium generativita x stagnace | Anima/Animus Mocná osoba |
| | 8. Stadium integrita x zoufalství | Mocná osoba Pravé Já |

STAVBA PSYCHODYNAMICKÉ HYPOTÉZY

- Síla/slabost Já (zranitelnost, deficiency)
- Úroveň obran
- Primární kontakt, schopnost navázat terapeutický vztah
- Splněné/nesplněné vývojové úkoly
- Narativní analýza (jak klient vypráví svůj příběh)
- Parametry zralosti
- Kdo mluví? – Hlava? Srdce? Tělo?
- Definování ohniska - jádrové konfliktní vztahové téma
- ❖ **Na čem budeme pracovat?**
- ❖ **Jaké intervence budu používat?**
- ❖ **Jak budu zacházet s terapeutickým vztahem?**

SEBEZKUŠENOSTNÍ VÝCVIK

- **Je předpokladem provádění psychodynamické psychoterapie**
- **Není to psychoterapeutická léčba – jde o jiný kontrakt**
- **Může mít a má uzdravný potenciál**
- **Směřuje nejen k podpoře osobního zrání, ale k rozvoji osobnostních kapacit potřebných pro kompetentní práci s lidskými problémy**
- **K tomu účastník výcviku potřebuje**
 - ❖ **zažít vzorce odhalování a zpracování problémů**
 - ❖ **zažít vztahovou dynamiku**
 - ❖ **překonat rozpory a konflikty, které by mu bránily být empatickým, zúčastněným pozorovatelem a pomáhajícím průvodcem**

Výcvik SUR kvalifikuje i pro individuální přístupy ???

ŠKOLA SUR, 6. CYKLUS
1. víkendový seminář, 10.10.2020

Konec přednášky

**„ÚVOD DO HLUBINNÉ, DYNAMICKÉ A
PSYCHODYNAMICKÉ
PSYCHOTERAPIE:
CHARAKTERISTIKA PŘÍSTUPU,
ÚČINNÉ FAKTORY“**

Díky za pozornost!

kamil.kalina@lf1.cuni.cz

kalina@sananim.cz